



ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

Free Online Magazine

ฉบับที่ ๑๐๘
๒๕ พ.ย. ๕๓

ธรรมะสำหรับคนยุคใหม่ ที่อยู่ใกล้แค่เอื้อม

<http://www.dharmamag.com/>

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว ๓

ธรรมะจากพระผู้รู้ ๘

ได้อาริหมอดู ๑๔

ดังตฤณวิไลสนา ฉบับเปิดกรุ ๑๗

อนาคารความสุข ๑๘
▶ พ่อครัวหัวป่าก์

เพื่อนธรรมจारी ๒๒
▶ ค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุด

เมจิยมิงค์ มหัทศจรยเมืองธรรมะ ๒๘
▶ ตอนที่ ๖ อังคุลิมาล

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จุดประกาย: ศรินย์ โมตรีเวช

หัวหน้าบรรณาธิการ

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว: ยาวาลักษณ์ เกิดปราโมทย์

ธรรมะจากพระผู้รู้: ชนินทร์ อารีหนู

ได้อาริหมอดู: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

โหรา (ไม่) คาใจ: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

กวีธรรม: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

สัพเพหะธรรม: ชนินทร์ อารีหนู

ธรรมะจากคนสู้กิเลส: ญัษฐิรา ปนิทานแด

ของฝากจากหม่อ: พริ้ม ทัพวงศ์

แง่คิดจากหนัง: เกสรา เตมสิณวาณิช

นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: จรินทร์ธร

ธนชัยหิรัญศิริ

พาเที่ยว เอี่ยวธรรมะ: เกสรา เตมสิณวาณิช

ธรรมะกับไลฟ์สไตล์: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

รูปชวนคิด: รัชฎา ดวงมณี

กองบรรณาธิการ: กนกเรขา ฤทธาภิรักษ์

กานต์พัทธ์ รัชพันธ์ • กิษรา รัตนภิรัต

จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ • ชนินทร์ อารีหนู

ญัษฐิรา ปนิทานแด • ญัษฐิรา ปนิทานแด

ณัฐพร สกอลอุทัยศักดิ์ • ปรียาภรณ์ เจริญบุตร

ปิยมงคล ไซติกเสถียร • พรภาพรรณราย

มัลลิกะมาสย์ ทองเสียมนาค

พรหมเนตร สมรักษ์ • พิจิตรา ไตรวิชัย

พิทา จารุพูนผล • พริยสดี อุบลวัตร

มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร

ยาวาลักษณ์ เกิดปราโมทย์ • วรางคณา บุตรดี

วิบุรณ์ศักดิ์ ใจภักดี • วิมล ถาวรวिकास

วิมุตติยา นิวาตังบกข • ศदानัน จารุพูนผล

ศศิธร ศิวะนันท์ทาภรณ์ • ศิราภรณ์ อภิรัฐ สม

เจตน์ ศฤงคารรัตน์ • สารินี สาณะเสน สิทธิ

นันท์ ชนะรัตน์ • สุปราณี วอง

อณัญญู อึ้งชล • อณัญญา เรืองมา

อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์ • อัจฉนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ฝ่ายสื่อสารเสียงอ่านนิตยสาร: อนุสรณ์ ตรีโสภา

ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

ไพสิน ลายสนธิเสรีกุล • กฤษฏ์ อักษรวงศ์

ฝ่ายสื่อ Word: พริยสดี อุบลวัตร

ฝ่ายสื่อ PDF: บุณยศักดิ์ อีรวงศ์กิจ

เกียรติภูมิ จารุเสน

ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

ภาพปก: กวิน ฉัตรานนท์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้ ใน
รูปแบบ เสียงอ่าน • Word

ห้ามใจเพื่อความสบายใจ

ผมโชคดีที่เกิดมาไม่ต้องมีหน้าที่ให้พรคน
ไม่อยู่ในฐานะที่คนเห็นว่ามาขออะไรให้ได้หมด
มีฉะนั้นวันๆคงไม่ต้องทำอะไรมากไปกว่าต้อนรับ “นักขอ” เป็นพินเป็นหมื่น

คนในโลกนี้ ปากชอบขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์
แต่ปากอันเดียวกันนั้น ก็ชอบให้คำสาปแช่งกับศัตรู

คนในโลกนี้ มือชอบแบรับของจากเทวดาเบื้องบน
แต่มืออันเดียวกันนั้น ก็ชอบบริบทร์พยมมนุษย์บนดิน

คนในโลกนี้ ใจชอบขอแรงผู้วิเศษมาช่วยยกภูเขาออกจากอก
แต่ใจอันเดียวกันนั้น ก็ชอบวิ่งโร่ไปหาภูเขาสูงอื่นมาทับอกใหม่

กล่าวโดยรวบรัดคือคนเรานะครับ ใจนะชอบหาที่พึ่ง
แต่นอกจากจะไม่กระทำตนเป็นที่พึ่งให้ใครแล้ว
ยังนิยมทำลายที่พึ่งอีกด้วย ทั้งที่พึ่งของตนเองและผู้อื่น

ที่พึ่งอันเป็นที่สุดก็คือกรรมอันดีงามที่สั่งสมไว้ทุกวัน
ส่วนเครื่องมือทำลายที่พึ่ง ก็เห็นจะได้แก่การตามใจตนเองนั่นแหละ

การตามใจตัวเอง ได้กระหิ้มอ้อมย่องเดียวเดียว
แต่ต้องตามแก้ ตามล้างตามเช็ดกันยัดเยียดเท่าใดไม่อาจพยากรณ์
การตามใจตัวเองจึงการสร้างศัตรูมากอยเป็นเงาตามล้างตามผลาญตนเอง

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการปล่อยให้ความฝันลอยฟ่องขาดทิศทางไปเรื่อย
เพียงเพื่อพบว่าใจจะจัดกระจายรวมไม่ติดเมื่อต้องคิดทำงาน

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการถลำไปรักคนที่ไม่ควรรัก
เพียงเพื่อต้องมาทรมานใจกับการฝืนค้ำไม่จบสิ้น

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการเลือกเรียนสาขาที่ไม่ถนัด
เพียงเพื่อได้รู้ในภายหลังว่าเรียนจบชีวิตไม่จบ ยังมีงานไม่ถนัดให้ทำไปอีกนานนัก

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการทำงานง่าย ได้เงินเร็ว
เพียงเพื่อตระหนักว่าที่ตนไม่ค่อยมีคู่แข่ง
ก็เพราะมีใครไม่กี่คนที่กล้าเสี่ยงติดคุกติดตะรางกันอย่างนั้น
พลัดขึ้นมาแล้วค่อยคอตก รู้ซึ่งว่าได้ไม่คุ้มเสียเป็นอย่างไร

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการแก้แค้น ไม่ให้อภัย
เพียงเพื่อได้เห็นว่าการกระโดดลงสู่สนามรบนั้นง่ายยิ่ง
เพราะคนกระหายสงครามหาไม่ยาก
แต่คิดจะออกจากสนามรบนั้นแสนยาก
เพราะไม่มีใครในสนามรบยอมให้เดินออกมาเฉยๆแน่
ต้องตามล้างตามราวีกันไม่เลิกทำเดียว

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการยอมให้แรงบันดาลใจส่วมาบางการให้ลงมือลงไม้
เพียงเพื่อพบว่าชีวิตสั่งสมอะไรมาแค่ไหน
ก็สาบสูญได้ในฉับพลันที่ลงมือลงไม้เพียงไม่กี่อึดใจนั่นเอง

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการหยิบนอยในสิ่งไม่ควรหยิบนอย
เพียงเพื่อมารู้ซึ่งในภายหลังว่าตอนซื้อของนั้นมีราคาแน่นอน
แต่ตอนจ่ายเพื่อใช้หนี้ันเกิดจากการลักขโมย ไม่อาจทราบว่าจะแพงเพียงใด
ต้องชดใช้ไปอีกนานเพียงไหน

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการสอดอวัยวะอันน่าบัดสีเข้าใส่กันทั้งที่ไม่มีสิทธิ์
เพียงเพื่อมาเห็นผลของการทำเรื่องบาปใจชั่วอารมณ์เล่น
ว่าอาจลุกลามเป็นบาดแผลทางกายได้มากมายเพียงไหน

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการปั่นน้ำเป็นตัว
หรือพูดจ้อ ส่อเสียด เหยียดหยาม ลามปาม ตามอารมณ์
เพียงเพื่อพบว่าเอาตัวเองเข้าไปอยู่ในโลกของสำเสียงแสงหลอหลอน

พูดให้ร้ายคนอื่นเหมือนจามขวานจากปากเดียวของตนเอง
อาจให้ผลเป็นขวานหลายร้อยเล่มจากสารพัดปาก
หวนกลับมาจามกลับอย่างคาดไม่ถึง

หลายคนตามใจตัวเอง ด้วยการกินเหล้าเคล้ายาบ้า
เพียงเพื่อพบว่าชีวิตตนเองมาถึงความฟุ้งซ่านจัด หยุดไม่ได้
คล้ายจะเป็นบ้าตามยาเมาที่ดื่มกินบนทอนสดมาชั่วนาตาปี

สรุปความโดยย่อคือ ถ้าอยากอยู่สบาย
คุณอาจต้องห้ามใจตัวเองหลายข้อหน่อย
แต่ถ้าอยากอยู่ลำบากก็ง่ายนิดเดียว
แค่ตามใจตัวเองทุกข้อ ทุกครั้งก็พอ

การตามใจตัวเองคือสิ่งที่ทุกคนปรารถนา
แต่สิ่งที่ทุกคนไม่ปรารถนามักตามมาจากการยอมตามใจตัวเองพรั่ำเพรื่อนั่นเอง
การฝึกห้ามใจ กระทั่งใจคือศีล ศีลคือใจ คุณจะอยากตามใจตัวเองไปอีกแบบ
คืออยากสวนทางอบาย และอยากไหลตามทางสวรรค์นิพพาน

ไม่มีการใจอ่อนให้ทางนรก!

ถึงจุดนั้น ทุกวันคุณจะมีวิถีตามความสบายใจอย่างเป็นตัวของตัวเอง
แม้กระทั่งแผ่นดินจะยุบตัวลงเดี๋ยวนี้
ใจคุณจะไม่เห็นเป็นเรื่องอัปมงคลแบบคนโดนกฎธรณีสูบ
แต่จะเหมือนโดนเครื่องดูดฝุ่นมาสูบเอาเคราะห์หามยามร้ายไปเสียให้หมดๆ
เพื่อปลดปล่อยจิตวิญญาณของคุณขึ้นสูงเป็นอิสระ

พูดง่ายๆ คนสบายใจไม่กลัวตาย!

ห้ามใจได้จนสบายใจไร้กังวลนั้นแหละ
คือการสร้างมิตรไว้คอยพุง
คือการสร้างบังเกอร์ไว้ปกป้อง
คือการสร้างสะพานไปสู่สุคติ

คุณจะรู้สึกว่าคุณโชคดี ที่เกิดมาเหมือนให้พรตัวเองได้ เป็นที่พึงให้ตัวเองได้
ไม่ว่าในแง่ของการเป็นที่พึ่งอันน่าอบอุ่นให้ใจสบายหายกังวลเดี๋ยวนี้
หรือในแง่ของการเป็นที่พึ่งทางวิญญาณ
ให้ตัวเองไม่ต้องแสวงสुकติภูมิอย่างเคร่งครัดห้อยกับใครเขา!

ดังตฤณ

พฤศจิกายน ๕๓

เรื่องน่าสนใจประจำฉบับ

คอลัมน์ “ดังตฤณวิไลสนา ฉบับเปิดกรุ”

ฉบับนี้ มีคำถามน่าสนใจเกี่ยวกับเรื่องของเทวดาค่ะ
ใครที่อยากทราบว่าสมัยนี้ยังมีเทวดาลงมาปรากฏตัวอยู่หรือไม่
พบคำตอบได้ในฉบับนะคะ

การรักษาстил ทำให้ชีวิตเป็นสุขได้อย่างไร
พบตัวอย่างของผู้ที่รักษาстилแล้วชีวิตดีขึ้นได้จริง
ในคอลัมน์ “ไดอารี่หมอดู” ฉบับนี้
“หมอผีร์” รับรองผลค่ะ

คุณผู้อ่านมีเป้าหมายชีวิตอย่างไรบ้างคะ
คอลัมน์ “เพื่อนธรรมจารี” ฉบับนี้
“คุณงดงาม” จะมาแบ่งปันวิธีการตั้งเป้าหมายชีวิตดีๆ
ในตอน “ค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุด” ค่ะ

ข่าวสารและกิจกรรมที่น่าสนใจ

- ขอเชิญร่วมบุญมหาสังฆทาน
ใส่บาตรพระวิปัสสนา ๓๘๐ รูป ที่พุทธมณฑล
ในวันที่ ๖ - ๑๗ ธ.ค. ๒๕๕๓
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/f2YkAC>
- วัดพระธาตุผาแก้ว ได้จัดตารางการปฏิบัติสำหรับผู้สนใจ
โดยจัดทุกเดือน ตั้งแต่เดือนธันวาคม ๒๕๕๓ - ธันวาคม ๒๕๕๔
(เว้นเดือนพฤษภาคม ๒๕๕๔)
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/hk0Cka>
- ขอเชิญร่วมบุญถวายปัจจัยให้พระกรรมฐานและแม่ชีเดินธรรมาศรรำที่ ๓
ธุดงค์ที่อินเดียและเนปาล
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/fKGfAl>

พบกันใหม่พฤษภาคม
ที่ www.dlitemag.com นะคะ
สวัสดีค่ะ (^_^)



พระอาจารย์ปราโมทย์ ปาโมชฺโช

ถาม: ต้องทำอย่างไรจึงจะเห็นไตรลักษณ์ของกายใจนี้ได้ และถ้ารู้อย่างแจ่มแจ้งแล้วจะให้ประโยชน์อย่างไรครับ

เรียนรู้นะ ถ้าเมื่อไหร่เราไม่หลงลืมกายลึ้มใจ
แล้วก็ไม่ว่าเพ่งกายเพ่งใจให้มันให้ที่อยู่
เราจะเห็นไตรลักษณ์ของกายของใจได้
มาดูไตรลักษณ์ ไตรลักษณ์คือความจริง เราอยากมาดูของจริง
ดูของจริงก็ไม่เพ่งไป ไม่เพ่งไว้ ของจริงจะแสดงตัว
ของที่ไม่เที่ยง เกิดแล้วดับ มันไม่เที่ยงใช้ไหม ของที่เกิดแล้วดับ
ของที่มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ หรือมันเป็นสุข
คำว่าทุกข์นี้หมายความว่า มันทนอยู่ได้นานไหม
มันทนอยู่ไม่ได้มันทนเป็นทุกข์นะ
ของที่เป็นทุกข์นี้ควรเห็นใหม่ว่าเป็นตัวเรา มีใครอยากได้ตัวทุกข์ ไม่มีใครเอา
เนี่ยถ้าปัญญามันเกิดนะมันเห็น มันก็วางนะ ไม่เอา
เป็นของไม่เที่ยง เป็นของเป็นทุกข์ เอาไปทำไม
ไม่ยึดไม่ถือนะ ไม่ควรยึดถือว่าเป็นเรา
ของที่เกิดแล้วดับตลอดเวลาเนี่ย จะไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร
ของที่ทนอยู่ไม่ได้เนี่ย จะไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร มีแต่เกิดแล้วดับ
ตรงที่ไม่มีตัวตนถาวรนั่นแหละ เรียกว่าอนัตตา

เราภาวนานะเรามาดูของจริง เรียนรู้ความจริงเรียนรู้ของจริงเข้ามา
ในที่สุดล้างความเห็นผิดว่ามีเราได้
ดูลงในกาย ร่างกายมีแต่ความเปลี่ยนแปลง ไม่มีอะไรคงทนถาวรอยู่ในร่างกาย
ดูลงไปในจิตใจ จิตใจมีแต่ความเปลี่ยนแปลง ไม่มีอะไรคงทนถาวรอยู่ในจิตใจ
สุขก็ชั่วคราว ทุกข์ก็ชั่วคราว กุศลชั่วคราว

โลกโกรธหลงชั่วคราว อะไรๆ ชั่วคราวหมดเลย ให้คอยดูลงไป
ในที่สุดปัญญามันเกิดนะ มันเห็นเลย
ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร มีแต่ของชั่วคราว
ไม่มีอะไรที่เป็นอมตะ ของถาวรก็ไม่มีนะ
มีแต่ขีมีแต่สมมุตินะ แต่โดยความจริงไม่มี มีแต่ของเกิดแล้วดับ

เนียเรียนรู้นะ พอรู้ตามความเป็นจริงนะใจจะคลายออก
ไม่ยึดถือแล้ว ไม่ยึดถือ มันจะล้างความเห็นผิดไปก่อนนะ
ล้างความเห็นผิดว่ามีตัวมีตน พบว่าไม่มีตัวตนที่แท้จริง
รูปธรรมเกิดขึ้นชั่วคราวแล้วก็ดับไป นามธรรมเกิดขึ้นชั่วคราวแล้วก็ดับไป
ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวตนถาวร
อันนี้ได้ธรรมะเบื้องต้นแล้ว ล้างความเห็นผิดได้
แล้วรู้เลยว่าสิ่งทั้งหลายนั้นมีเหตุก็เกิด ไม่ใช่เกิดลอยๆ
เพราะงั้นเราจะล้างมิจฉาทิฎฐิตัวอื่นๆ ได้อีกเยอะแยะเลย
ล้างมิจฉาทิฎฐิได้หมดเลยนะ ที่คิดว่าเกิดโดยไม่มีเหตุเกิด
เรียกว่าพวก อเหตุกทิฎฐิ ไม่มีเหตุให้เกิด เป็นมิจฉาทิฎฐิ
อีกพวกหนึ่ง เยอะแยะเลย มิจฉาทิฎฐิมียะอะแยะ หลายจำพวก
พวกนั้นฎฐิกทิฎฐิ พวกไม่มีอะไรเลย ว่างเปล่า นี่นฎฐิกทิฎฐิพวกไม่มีอะไร
เยอะแยะเลยพวกมิจฉาทิฎฐิ

ขอเพียงล้างความเห็นผิดว่ากายนี้เจนนี้นี้เป็นตัวเราได้นะ
มิจฉาทิฎฐิอื่นๆ จะหายไปด้วย
เพราะมิจฉาทิฎฐิอื่นๆ มันเนื่องอยู่ด้วยความมีกายมีใจ มีตัวตนจริงๆ
บางพวกคิดว่า ตายแล้วไปเกิดอีก
คิดว่ามีตัวตนถาวร เดียวนี้ก็มี อนาคตก็มี
บางพวกคิดว่า ตายแล้วสูญ
พวกนี้เห็นว่ามีตัวตนใหม่ มี ขณะนี้มี แต่อนาคตสูญ
ขณะนี้ก็มีกูอยู่นะ แต่อนาคตสูญ
เพราะงั้นมิจฉาทิฎฐินานาชนิดเลย

มันเนื่องอยู่ในรูปนามนี้เอง ในภายในใจนี้เอง
ถ้าเข้าใจความเป็นจริงของรูปธรรมนามธรรมนะ
ก็จะล้างทิฐิ ล้างมิจฉาทิฐิได้
พระโสตาบันล้างมิจฉาทิฐิได้ เพราะมันเราก่อยฝึกนะ
แล้วถัดจากนั้นมันก็จะค่อยพัฒนาขึ้นไป จนล้างโมหะ
ตัวทิฐิเนี่ยเป็นแคโลภะ เป็นลูก ลูกของโมหะ
ตัวโทสะ เป็นหลายนะ ตัวโลภะ เป็นตัวลูก
โทสะมันเกิดได้เพราะโลภะมันไม่สมอยาก โทสะมันก็เกิด
เพราะมันกิเลสนะ มีตระกูลของมัน
บรรพบุรุษของมันนะคือตัวโมหะนี่เอง
วิธีจะล้างโมหะ พอเรารู้แล้วตัวจริง จริงๆ ไม่มีตัวตน
ก็มากอยรู้อยู่ในภายในใจ ต่อลงไปอีก
รู้งั้นเห็นแจ้งอริยสัจ ถ้าเห็นแจ้งอริยสัจได้ก็ล้างโมหะได้

รู้จักอริยสัจไหม
เราต้องรู้ความจริงสืออย่าง
รู้ทุกข์ รู้สมุทัย รู้นิโรธ รู้มรรค
อะไรเป็นทุกข์ อะไรเป็นสมุทัย อะไรเป็นนิโรธ อะไรเป็นมรรค
รู้หน้าที่ต่อทุกข์ รู้หน้าที่ต่อสมุทัย รู้หน้าที่ต่อนิโรธ รู้หน้าที่ต่อมรรค
แล้วก็ทำหน้าที่ต่อทุกข์ให้เสร็จ ทำหน้าที่ต่อสมุทัย ต่อนิโรธ ต่อมรรค ให้เสร็จ
นี่เรียกเรารู้แจ้งอริยสัจ เรียกมีวนรอบ ๓ ประวัติ ๑๒

ดูลงมานะ เรียนรู้งลงมา
ทุกข์คืออะไร ทุกข์คือรูปธรรม นามธรรม คือขั้น ๕ นี่แหละตัวทุกข์
รู้ทุกข์แจ่มแจ้งแล้ว คือรู้ความจริงของขั้น ๕
หน้าที่ต่อทุกข์คือการรู้ เราก็ฝึกรู้ทุกข์
ถ้ารู้ทุกข์แจ่มแจ้ง จะละสมุทัย
สมุทัยคือตัวตัณหา ความอยาก เป็นตัวโลภะที่รุนแรง เป็นตัณหา
งั้นถ้ารู้ทุกข์แจ่มแจ้ง จะล้างอวิชชา ล้างโมหะได้

รู้ทุกข์แจ้ง มันจะละโธะไป ละตัณหาไป ตัวลูกมันถูกพรากไป
เมื่อไหร่รู้ทุกข์แจ่มแจ้ง เมื่อนั้นละสมุทัย
เมื่อไหร่ละสมุทัย เมื่อนั้นแจ้งนิโรธ นิโรธคือนิพพาน
นิโรธต้องทำให้แจ้ง สมุทัยต้องละนะ ทุกข์ต้องรู้

รู้ทุกข์นะ รู้กายรู้ใจตามความเป็นจริงเรื่อยไป
ความจริงของมันคือไตรลักษณ์ ดูกายดูใจลงเป็นไตรลักษณ์เรื่อยไป
ถ้าดูแล้วมันไม่เห็นไตรลักษณ์ คิดพิจารณาว่าเป็นไตรลักษณ์ช่วยมัน
เบื้องต้นช่วยมันคิดพิจารณาลงเป็นไตรลักษณ์ก่อน
แต่ถ้ามันดูได้เอง เห็นไตรลักษณ์เอง ก็ไม่ต้องไปคิดมัน ดูของจริงไปเลย

พอรู้ทุกข์นะแล้วมันจะละสมุทัย มันจะหมดความอยาก
ความอยากมันเกิดจากอะไร เกิดจากไม่รู้ทุกข์
เราคิดว่ากายนี้ใจนี้เป็นสุขบ้างเป็นทุกข์บ้าง ตอนนี้รู้สึกอย่างนี้
นี่เรียกว่าเราไม่รู้ทุกข์จริง ถ้าเรารู้ทุกข์จริง เราจะรู้ว่ากายนี้ใจนี้เป็นทุกข์ล้วนๆ
ไม่มีทางที่จะทำให้มันสุขเลย มันเป็นตัวทุกข์
ไม่มีทางหนีทุกข์ด้วย ไม่มีทางทำให้มันแปรสภาพกลายเป็นตัวสุขด้วยนะ
เพราะงั้นความอยากที่ไร้เดียงสาเนี่ยจะไม่เกิดขึ้น
ความอยากของเราไร้เดียงสาทั้งนั้นเลย
อยากอะไร ถ้าดูให้ตื้นะ อยากให้กายเป็นสุข อยากให้กายพ้นทุกข์
อยากให้ใจเป็นสุข อยากให้ใจพ้นทุกข์ อยากอยู่อย่างนี้
พอรู้ความจริงแล้ว กายนี้ใจนี้ทุกข์แน่นอนนะ
ความอยากไร้เดียงสาเนี่ยไม่มีอีกแล้ว
เพราะงั้นเมื่อไหร่รู้ทุกข์แจ่มแจ้งนะ สมุทัยจะไม่เกิดอีกแล้ว
คำว่าละสมุทัยเนี่ย ละแบบสมุทฺตเจต
หมายถึงละแล้วไม่ต้องละอีก ละครั้งเดียวเลย
เมื่อไหร่ตัณหาไม่เกิดอีกแล้วเนี่ย เมื่อนั้นแหละ นิโรธปรากฏ
ที่ว่านิโรธทำให้แจ้ง นิพพาน นิโรธคือนิพพาน
นิพพานคืออะไร นิพพานคือความสิ้นตัณหา

เมื่อไหร่สันตัมหาเมื่อนั้นจะเห็นนิพพาน

เพราะงั้นนิพพานคือความสันตัมหา

งั้นเราคอยรู้ทันนะ

ถามว่านิพพานเกิดขึ้นเมื่อสันตัมหาหรือเปล่า ไม่ใช่

นิพพานมีอยู่ก่อนแล้ว แต่เพราะมีตัณหาจึงไม่เห็นนิพพาน

เมื่อไหร่สันตัมหาก็มองเห็นนิพพานซึ่งมันมีอยู่แล้วแต่เราไม่เห็น

งั้นนิพพานไม่ใช่ของที่เกิดแล้วดับ เป็นธาตุซึ่งมีอยู่แล้ว คงที่อยู่อย่างนั้นเอง

ในขณะที่เรารู้ทุกข์ จนละสมุทัย แจ้งนิโรธ ขณะนั้นแหละเรียกว่ามรรค

ขณะเดียว ขณะเดียวนั้นแหละ ที่เรียกว่ามรรค

เวลาที่มรรคเกิดนะ งานของอริยสัจ ๔ เนี่ยทำเสร็จในขณะเดียวกันเลย

เพราะงั้นรู้ทุกข์นะพวกเรา รู้ความจริงให้ได้

ถ้าเรารู้ความจริงได้ เราจะเข้าไปจนถึงเนี่ยละตัณหานะ แจ้งพระนิพพาน

จิตใจที่พัฒนาจนมาแจ้งพระนิพพาน

เรียกว่าเรายกระดับจิตวิญญาณถึงขีดสุดแล้ว ไม่มีความทุกข์เหลืออยู่อีกแล้ว

เพราะงั้นงานหลักของเราในชีวิตเรานะ

คืองานพัฒนาจิตวิญญาณของเราไปสู่ความพ้นทุกข์นะ

ส่วนงานทำมาหากินเลี้ยงลูกเลี้ยงเมีย เลี้ยงครอบครัว เสียภาษีอะไรนี้

อันนี้งานอยู่กับโลกนะ งานอยู่กับโลก

งั้นเราฝึกนะ ฝึกไป รู้งานหลักของเรา

งานหลักของเรายกระดับจิตวิญญาณของเราขึ้นไปให้ได้

ไปสู่อะไร ไปสู่ความพ้นทุกข์ให้ได้

ทำไมต้องมีชีวิตที่จมอยู่กับความทุกข์นี้รันดร เรื่องอะไร

วันนี้ทุกข์ วันข้างหน้าต้องไม่ทุกข์นะ

วิธีที่จะยกระดับจิตวิญญาณตนเอง

มีสตินะ สำรวจใจตนเองไปเลย

กิเลสอะไรเกิดขึ้น รู้ทันไปเลยนะ

กิเลสหายabby เกิดขึ้น สู้ด้วยศีล รักษาศีลไว้

กิเลสอย่างกลาง คือความฟุ้งซ่านของจิตเกิดขึ้นนะ

ทำจิตให้สงบให้ตั้งมั่น สู้ด้วยสมาธินะ
ถัดจากนั้นก็มาเดินปัญญา พอจิตสงบจิตตั้งมั่นแล้ว
มาเรียนรู้ความจริงของรูปนาม เรียกว่าปัญญา
สู้ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา นี่แหละ
ในที่สุดกิเลสหมดนะ กิเลสหมดไปแล้ว
จิตวิญญาณเราก็เข้าสู่ความบริสุทธิ์
มีแต่ความสุขนะถัดจากนี้มีแต่ความสุข
ความทุกข์อยู่ที่ร่างกาย ความทุกข์เข้ามาไม่ถึงจิตอีกแล้ว

อย่างไปกราบอาจารย์มหาบัวนะ ท่านตัดนิ้วไป ร่างกายท่านกระปรกกระเปลี้ย
บางวันก็เหนื่อยหอบ ต้องให้ออกซิเจน ท่านมีความสุขนะ
ดูแล้วโอ้ อาจารย์มีความสุข ท่านอาจารย์มีความสุขจัง หมดจงดงาม
เห็นไหม แก่ขนาดนั้นนะ อายุเกือบร้อยปี
ไม่สบาย กระปรกกระเปลี้ย มีความสุขได้ไง
เป็นพวกเราสิ นิ้วหายไปนิ้วนึ่งกลุ่มใจตายเลย
ท่านก็มีความสุขอยู่อย่างนั้น เจ็บไข้ได้ป่วยยังงี้ก็มีความสุข
เนี่ยจิตวิญญาณที่ยกระดับสุดขีดแล้วนะ มีความสุข
งั้นทุกคนมีโอกาที่จะลิ้มรสความสุขอันนี้นะ
ขอเพียงพัฒนาจิตวิญญาณของตนเองขึ้นไปนะ
ด้วยศีล ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญา นี่แหละ

สวนสันติธรรม

วันอาทิตย์ที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๓



สารบัญ ←

ไดอารี่หมอดูประจำฉบับที่ ๑๐๘

โดย หมอผีร์

พฤศจิกายน ๒๕๕๓

สวัสดีค่ะทุกคนที่อ่านไดอารี่หมอดู

สำหรับวันจันทร์ที่ผ่านมาได้ไปทำบุญงานบวชมาค่ะ ตั้งแต่โตมาเพิ่งเคยไปงานบวชครั้งนี้เป็นครั้งที่สองเองค่ะ ไม่ค่อยมีโอกาสดำเนิน เห็นท่านมีความตั้งใจที่จะบวชเพื่อศึกษาธรรมะมองแล้วปลื้มปิติมากเลยคะ นอกจากนี้เมื่อวันอาทิตย์ที่ผ่านมามีรุ่นพี่ทางธรรมมาบอกบุญ ร่วมกันทำบุญปล่อยปลาประมาณสองร้อยกิโลได้ค่ะ

เรื่องราวของอาทิตย์ที่ผ่านมามีโอกาสเจอรุ่นพี่ที่เคยมาดูดวง และมีชีวิตเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นหลายคนมากเลยคะ หน้าตาแต่ละคนสวยขึ้นมากเลย มีพี่คนหนึ่งเคยหน้าตาสวยแซ่กซ์มาก เธอขยันทำบุญถือศีลห้าค่อนข้างเครบ บางช่วงก็มีเวลารักษา ศิลบำบัดบ้าง กลางคืนสวดมนต์ด้วย เวลาผ่านมาสองปี โหงวเฮ้งหน้าตาดีขึ้นมาก ๆ เลยคะ เห็นแล้วก็ทำให้รู้สึกปลื้มคะ

ส่วนอีกคนหนึ่งเธอมีวิบากเรื่องคน ประมาณว่าผิดศีลข้อสี่มาเยอะมาก พุดจาโกหก กระแนะกระแหน กระทบกระทั่ง กระแทกกระทั่ง พุดจาให้คนอื่นเกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ หลังจากนั้นเธอก็รักษาศีลข้อนี้ได้ดีขึ้นมาก ๆ และแนะนำให้เธอสวดมนต์ออกเสียงเพื่อไม่ให้เธอมีเสียงที่ดู หรือฟังแล้วอาจจะกระตุ้นโทสะคนอื่นได้ง่าย กลับมาคราวนี้ทั้งเสียงทั้งหน้าตาเปลี่ยนไปมาก คนเห็นก็จะรู้สึกเอ็นดูมากกว่าอยากต่อว่าแรง ๆ หรือรังแกเธอให้ต้องเจ็บช้ำน้ำใจเหมือนแต่ก่อน

ล่าสุดเจอผู้ชายคนหนึ่ง ดวงเก่าของเขามีวิบากที่เคยพลาดพลั้งโกหก และเจ้าชู้มาเยอะ ทำให้หน้าตาโหงวเฮ้งของเขา จะทำให้ผู้หญิงคนที่คบเป็นแฟนอยู่มักจะไม่มั่นใจว่าจะใช้ชีวิตกับเขาตลอดได้ กลัวที่จะโดนนอกใจตลอด ประมาณว่ากระแสนั้นแรงออกมา โดยไม่ต้องบอกใครว่าเคยละเมิดศีลข้อห้ามาหรือเปล่า มันส่ง

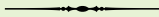
กระแสบอกมา ทำให้ผู้หญิงรู้สึกได้เลยว่าเจ้าชู้ หรืออยู่ไปฉันอาจจะมึนศีรษะโดน
นอกใจได้แน่ ๆ ผู้หญิงบางคนที่มีวิบากช็อกกาเมมาแรงก็เป็นแบบนี้เหมือนกันนะคะ
จะทำให้แฟนเกิดสภาวะไม่มั่นใจว่าจะคบกันรอดหรือไม่

พี่เจอเขามาประมาณสามสี่ปีแล้วค่ะ ตอนนั้นเขาเริ่มมาสนใจศาสนา อ่านหนังสือ
ธรรมะในอินเทอร์เน็ต ฟังธรรมะ ปฏิบัติธรรม ทำบุญอย่างต่อเนื่อง แถมยังเป็น
ลูกกตัญญูอีก ตอนที่เจอกันครั้งแรกเขายังไม่มีแฟนเพราะดวงมีวิบากเรื่องความรัก
ทำให้คบใครก็เลิก ไปกันไม่รอด แนะนำให้เขาหนักแน่นอดทนทำความดีให้ต่อเนื่อง
อีกสักหน่อย สุดท้ายยังงี้จะเปลี่ยนได้

พอเขาเริ่มทำดี ผ่านมาประมาณปีกว่า เขาก็พาผู้หญิงคนหนึ่งมาดูดวงด้วย
แล้วบอกว่ากำลังคบหาอยู่กันอยู่ ตอนนั้นก็บอกว่าไปกันได้อยู่แล้ว เพราะผู้หญิง
ชอบไปในแนวทางเดียวกันเลย มีความเสมอกันหมดไม่ว่าจะศรัทธา ศีล จาคะ
ปัญญา

ล่าสุดผ่านไปปีที่สี่ เขาก็บอกว่ากำลังจะแต่งงานอาทิตย์หน้าแล้วนะ ก็บอกเขาว่า
เห็นไหม สุดท้ายก็ชนะวิบากเรื่องนี้ได้เพราะความดี เขาก็งง ๆ ว่า จริงหรือว่า
ชนะได้มาครั้งนี้เพราะความดี ที่เขามาหาพี่ตอนนั้นเขาสับสนว่าชีวิตช่วงนี้ทำไมเขา
ไม่ดีเลย ทำดีมาตั้งนานทำไมยังไม่ดีขึ้น เขาสับสนชีวิตมากกับการทำความดีใน
ตอนนี้ ก็บอกเขาว่าลองถามแฟนสิ ว่าคิดแต่งงานกับเราเพราะอะไร ไม่ใช่เรามี
ศีลห้า สนใจศาสนา ทำบุญตลอดหรือหรอ น้องผู้หญิงที่มาด้วยกับเขาพยัก
หน้ายืนยัน และพูดออกมาว่า ที่คิดจะแต่งงานด้วยเพราะเห็นว่าเป็นคนรักษาศีล
ทำบุญ ปฏิบัติธรรมจริง ๆ ไม่อย่างนั้นไม่แต่งงานหรอก เขาไม่เคยถามแฟนเขาเลย
ว่าที่คิดแต่งงานด้วยเพราะเหตุผลนี้ เขาถามแฟนเขาว่าจริงหรือ แฟนเขาบอก
ว่าใช่สิ พี่ข่าเขาว่าไม่เคยถามเลยหรอเนี่ยะ สิ่งที่เขาทำดีมานั้นทำให้ผู้หญิงรู้สึก
อยากฝากชีวิตไว้ด้วย เพราะจะพาเธอไปในทางที่ดีแน่ เขาเริ่มมั่นใจขึ้นกว่าเดิม
บอกให้เขากลับไปสวดมนต์บทอิติปิโสและบทถวายพรพระค่ะ ให้สวดบทแปลด้วย
ควรสวดทุกวัน วันละหลาย ๆ รอบหน่อยในช่วงนี้ เพราะมีความท้อแท้ในการ
ทำความดีนิดหน่อยค่ะ ใครที่มีจิตใจท้อแท้ เบื่อหน่าย หงุดหงิด เกิดความสงสัย
ว่าทำดีมันได้ดีจริงหรือ ทำไมบางคนทำชั่วแล้วยังได้ดีอยู่ ให้สวดมนต์บทนี้ได้เลยคะ

หน้าตาโหงวเฮ้งของเขาหล่อขึ้นกว่าเดิมจนเห็นได้ชัด ส่วนน้องผู้หญิงสวยน่ารักมาก
ค่ะ เพราะเธอเคยมีบุญเก่าที่ชอบรักษาศีล ทำทาน มาก่อนอยู่แล้วทำให้ชาตินี้
เกิดมาสวยน่ารัก มีคุณภาพชีวิตที่ดี และยังมีจิตใจที่ผูกพันที่จะทำความดีให้เพิ่ม
ขึ้นอีกถึงเลือกที่ดำเนินชีวิตกับผู้ชายที่มีศีลค่ะ



รายการวิทยุออนไลน์ “ค้อยแคะแคะกรรมกับหมอฟีร์”

ขอเชิญชวนคุณผู้อ่าน แวะไปร่วมฟังหมอฟีร์พูดคุยและค้อยแคะแคะกรรม
ในบรรยากาศสบาย ๆ ที่ www.goodfamilychannel.com นะคะ

ท่านที่สนใจพูดคุยกับหมอฟีร์ในรายการ

ส่งคำถามมาได้ที่ diarymordo@hotmail.com นะคะ

หรือติดต่อดูดวงกับหมอฟีร์ได้ที่

mor-pee@hotmail.com

๐๘๗-๙๓๔-๗๘๗๑ และ ๐๘๖-๓๐๔-๑๙๒๔

๓๗๙๘/๘๓ หมู่บ้านสรานนท์ ซอยลาดพร้าว ๑๐๑

ถ.ลาดพร้าว แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ

กรุงเทพมหานคร



สารบัญ ←

ถาม - สมัยพุทธกาลมีเทวดาที่มีฤทธิ์ปรากฏตัวเพื่อจุดประสงค์บางอย่างได้
ทำไมปัจจุบันไม่มีเหตุการณ์ดังกล่าวบ้าง เพื่อคนจะได้เชื่อว่ายังมีภพอื่นอยู่

ว่ากันตามหลักฐานตามบันทึก ก็ต้องบอกว่าเทวดามาขอความช่วยเหลือ

เพราะพระสงฆ์ในพุทธศาสนานั้นเป็นเนื้อนาบุญ

และปฏิบัติธรรมถึงขั้นมีฤทธิ์มีเดชได้เหนือเทวดา

สมัยพุทธกาลมีพระต้อยุมัก ก็เป็นธรรมดาที่จะมีบันทึก

ว่าเทวดามาพึ่งเทศน์ฟังธรรม หรือเทวดามาขอความช่วยเหลือ

น้อยครั้งที่จะมีการบันทึกว่าเทวดามาให้ความช่วยเหลือหรือคำแนะนำใคร

ปัญหาคือปัจจุบันเหลือคนที่ดีพอจะให้เทวดามาขอความช่วยเหลือน้อยลง

และคนที่ดีพอก็จะไม่ค่อยคลุกคลีกับสังคมเมือง

แต่จะอยู่ตามป่าตามเขาเหมือนครั้งพุทธกาล

เพราะฉะนั้นก็น่าแปลกใจถ้าเราจะไม่รู้ไม่เห็น

อีกประการหนึ่ง แม้ยังมีพระที่สอนเทวดาได้จริง

ท่านก็ไม่ได้เอามาเล่า ไม่ได้เอามาโอ้อวดให้คนกังขาหรือเกิดความคิดด้านลบต่อท่าน

สรุปคือการติดต่อกันระหว่างเทวดากับมนุษย์นั้น

ถ้าเอาตามหลักฐานที่เชื่อถือได้อย่างพระไตรปิฎก

ก็ควรเป็นว่ามนุษย์ผู้ประเสริฐควรเป็นที่พึ่งของเทวดา

พระไตรปิฎกไม่ได้สอนให้คนไปพึ่งพาเทวดาแต่อย่างใด

ซึ่งก็น่าเสียดายที่ชาวพุทธในไทยเราอาจไม่ทราบข้อเท็จจริงประการนี้

จึงยังมีช่องทางหากินให้พวกสืบทอดมรดก

อ้างอิงว่าการพึ่งพาเทวดาเป็นเรื่องของชาวพุทธอยู่ต่อไปครับ

<http://www.dungrin.net/newsletter/viewtopic.php?t=70&postdays=0&postorder=asc&start=45>

พ่อครัวหัวป่าก์

โดย aston27



ภาพประกอบเรื่องสวนสี่เื้อ ด้วยความเอื้อเฟื้อของคุณ SevenDaffodils

สมัยเด็กๆ ผมเคยสงสัยว่า ทำไมต้องเรียกพ่อครัวหัวป่าก์
แล้วทำไมป่าก์ ต้องมี ก ไก่ การ์นต์

เพิ่งมารู้ทีหลังว่า ป่าก์ มาจากภาษาบาลีว่า ปากะ หมายถึงการทำอาหารการกิน
ช่วงนี้ผมมีโอกาสดได้เข้าครัวฝึกทำอาหารบ่อยๆ ครับ

ผู้ชายสมัยนี้ ถ้าหวังพึ่งฝีมือทำครัวจากสาวๆ เห็นจะต้องนอนหนาวไปก่อน
ใช้ว่าจะดูแลกันนะครับ แต่ต้องยอมรับว่า ยุคสมัยมันเปลี่ยนไป

สาวๆ รุ่นนี้ เขาไม่ค่อยได้เรียนเรื่องการบ้านการเรือนเหมือนยุคพ่อแม่เรา
จะให้เขามาแสดงเสน่ห์ปลายจวัก อาจจะได้ตกแต่อากาศใส่ห้อง

อีกอย่าง มีคนเคยบอกว่าเทียบกันปอนด์ต่อปอนด์ รุ่นต่อรุ่น
ผู้ชายมักจะทำอาหารอร่อยกว่าคุณผู้หญิง ที่แรกผมไม่ค่อยเชื่อ
แต่เขาบอกว่า ลองดูสิว่าพวกเชฟใหญ่ตามโรงแรม ส่วนมากมีแต่ผู้ชายนะ

เออ... จริงของเขาแฮะ

เท่าที่ลองทำมา ผมบอกได้ว่าผมชอบทำอาหารนะ
เริ่มจากทำแกงจืดได้ต้มโคล้ง ทำพะโล้ได้ต้มเปรต
ทำอาหารฝรั่งเศสได้อาหารอีสาน เหมือนๆ หลายคนตอนหัดทำนั้นแหละ

หลังจากลองผิดลองถูกมาหลายครั้ง ผมเริ่มเรียนรู้จากบทเรียน
หาอ่านเอาในเว็บบ้าง แอปไปยืนดูเขาทำตามร้านต่างๆ บ้าง
ว่าอาหารจานไหนต้องใช้เครื่องปรุงอะไร ใส่อะไรก่อนหลัง
แล้วมาลองทำเองดู

จะว่ายากก็ยาก จะว่าง่ายก็ง่ายนะ

เพราะอาหารแต่ละจาน มันมี “กฎแฉ” สู่ความอร่อยของมัน
ตั้งแต่วัตถุดิบ เช่นจะทำหมูทอดก็ต้องเลือกนะ
ว่าจะเอาเนื้อส่วนไหนของหมูมาทำ สะโพก สันนอก สันใน หรือสันคอ

ไหนจะต้องรู้วิธีหมัก เครื่องปรุงเพื่อหมัก ระยะเวลาหมัก
จะต้องใช้น้ำมันรำข้าว หรือน้ำมันปาล์ม ไฟแรงแค่ไหน
ใช้เวลาเท่าไร ถึงจะสุกกรอบนอกนุ่มใน

จากที่เป็นพ่อครัวหลงป่า ก็เริ่มเห็นแววพ่อครัวหัวป่าก์บ้างแล้ว
บางวันฟอร์มดีเข้าฝึก แทบจะนึกขอดวลกับเจมี โอลิเวอร์ กันเลยทีเดียว

อันนี้พูดซ้ำๆ นะครับ ขึ้นเขามาตรวจสอบจริง
ผมคงต้องทำตำส้มตำยกครกกันเท่านั้นเอง

แต่โลกนี้ ของมีค่าไม่มีฟรี ของดีไม่มีพลุก
ทุกอย่างย่อมเกิดเพราะมีเหตุของมัน
เพื่อทำเหตุให้อาหารมันอร่อย มันก็ต้องรู้จักสังเกต เรียนรู้ว่า
อะไรคือเหตุที่ทำให้อาหารจานนั้นมันอร่อย แล้วลงมือทำ

ถ้าเปรียบชีวิตคนเราเป็นโต๊ะอาหาร
เราทุกคนย่อมเป็นพ่อครัวของชีวิตตัวเอง

ว่าจะเลือกปรุงไข่เจียว ผัดเปรี้ยวหวาน อาหารไหนล่ะ
ยำสามเผ็ด เปิดกว้างใจ หมั่นไถ่กวางแกงอะไรก็แล้วแต่
จะมีใครมากำหนดเมนูให้เรา หรือเรากำหนดเอง ก็ขึ้นกับเราอีก

อาหารบนโต๊ะชีวิตของเรา จะอร่อยหรือกร่อยลิ้นแทบสิ้นใจ
มันก็เป็นไปตามเหตุแลปัจจัย ไม่ใช่เพราะเราสั่งให้มันอร่อยได้

เราสั่งให้อาหารมันสุกเองก็ไม่ได้ อร่อยเองก็ไม่ได้
แต่เราทำเหตุให้มันสุก ให้มันอร่อยได้

ฉันใดฉันนั้น

ถ้าอยากให้อาหารบนโต๊ะแห่งชีวิตมัน “สุข” ก็ต้องรู้แน่ครับ
ว่าส่วนผสมอะไร วัตถุดิบแบบไหน ปรุงด้วยวิธีไหน จะให้ความสุข

เช่น ถ้ารู้จักทำทาน ใช้ชีวิตอยู่ในศีล ๕ มีสติ เมตตา ภาวนา
ก็ไม่ยากนักที่จะมีความสุขได้ในชีวิตนี้

แต่ถ้ามุ่งหวังจะได้มรรคผลนิพพาน ก็ต้องภาวนากันจริงๆ จังๆอีกระดับ
กายขยับ ใจรับรู้ ใจเขยื้อน ใจเคลื่อนไป ใจก็รับรู้
ต้องทำในรูปแบบ แบ่งเวลาไหว้พระ สวดมนต์ เดินจงกรม นั่งสมาธิบ่อยๆ

จะไปคอยให้วันหยุดนักขัตฤกษ์ติดกัน ๗ วัน แล้วค่อยไปภาวนาที่วัด
อันนั้นเห็นจะไม่ทันรับประทาน คนที่ได้รับประทานเรา ก็คือกิเลส

โลกนี้เป็นไปเพราะเหตุ อยากทานกล้วยก็ต้องปลูกกล้วย
อยากทานทุเรียนก็ปลูกทุเรียน อยากมีความสุข ก็ต้องสร้างเหตุแห่งสุข
ไม่ใช่ทำแต่บาปอกุศล ทำเหตุแห่งทุกข์ร้อน
แล้วมาบ่นว่าทำไมไม่เจอความสุขสักที

สำหรับอาหารจริงๆ ถ้าจะรอพึ่งอาหารถุง ก็ไม่ต่างกัน
แต่อาหารสำหรับชีวิตคือบุญกุศล ไม่มีใส่ถุงขายนะ

เคยเห็นท้ายรถแท็กซี่ สองแถว เขาติดคำขวัญว่า
“ความดีไม่มีขาย อยากได้ต้องทำเอง”

จริงของเขาเนอะ...

สุสันต์วันที่ยังหายใจเข้า หลังจากหายใจออกครับ



ค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุด

โดย งดงาม

rngodngam@gmail.com



photo by Silawat

ก่อนที่เราจะไปกันต่อ ... ผมจะขอย้อนอดีตสักเล็กน้อยนะครับ
เพราะว่าเราคุยติดต่อกันมา ๖ ตอน เป็นระยะเวลาหนึ่งเดือนครึ่งแล้ว
ผมก็เกรงว่าบางท่านอาจจะลืมไปแล้วว่าเราเริ่มจากตรงไหน
หรืออาจจะงงว่า ขณะนี้เราอยู่ตรงไหนของเรื่องราวแล้ว

เมื่อเริ่มต้นเรื่อง ผมได้คุยให้ฟังว่าสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตเราคือ “สัมมาทิฐิ”
เพราะหากปราศจากสัมมาทิฐิแล้ว แต่เรากลับขยันทำอะไรเยาะแยะ
สิ่งที่เราขยันทำเยาะแยะมากมายนั้น อาจจะยิ่งเป็นโทษมหาศาลแก่ชีวิตเราเองก็ได้
และเป้าหมายทิศทางในชีวิตที่เรากำลังมุ่งไปนั้น อาจจะเป็นเส้นทางมุ่งไปสู่หัตถ์ภัยก็ได้

ผมยังไม่ได้เล่าว่า เราจะสร้างสัมมาทิฐิกันอย่างไรนะครับ
(ซึ่งจะขอรวบเก็บไปเล่าทีหลัง)

แต่เราได้เข้ามาคุยเรื่องการค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุดในชีวิต
เพื่อจะนำมากำหนดเป้าหมายและเส้นทางเดินของชีวิตเรานั้น
โดยได้แนะนำก่อนว่า เราจะต้องมองกันยาว ๆ ไม่ได้มองแค่เพียงชีวิตนี้ชีวิตเดียว
แต่จะต้องมองทั้งในชีวิตรอดที่ผ่านมา และมองไปถึงชีวิตในอนาคตข้างหน้าด้วย
(โดยอธิบายไปแล้วว่า เราสามารถมองได้โดยอาศัยหลัก “อิทัปปัจจยตา”)
ซึ่งมาถึงในตอนี้ เราก็จะมาค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิตกันครับ

บางท่านอาจมีคำถามว่า “เราจะดำรงชีวิตไปเรื่อย ๆ โดยไม่มีเป้าหมายไม่ได้หรือไง”
ก็จะต้องลองให้ท่านถามตัวเองว่า “สมมุติให้ท่านเดินทางออกมานอกบ้านหนึ่งวัน
โดยไม่มีเป้าหมาย โดยไม่ทราบว่าคุณจะต้องทำอะไรบ้าง

เดินไปเรื่อยเปื่อย ไม่รู้ไปไหน
ไม่รู้ว่าจะทำอะไร พอตกเย็น ก็กลับบ้าน
ปรากฏว่าไม่ได้ทำอะไรที่เป็นประโยชน์เลย
เช่นนี้ จะเป็นการเสียเวลาในวันนั้นหรือไม่”

(หากท่านสามารถเลือกได้แล้ว ท่านนำเวลาในวันนั้นไปทำประโยชน์จะดีกว่าไหม
อาจจะใช้เวลาวันนั้นไปทำงานที่คั่งค้าง ทำกิจธุระส่วนตัว ทำงานบ้าน หรือพักผ่อน
เป็นต้น)

หากท่านเห็นว่า การเดินออกมานอกบ้านหนึ่งวันไปอย่างเรื่อยเปื่อย ไม่มีจุดหมาย
ไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรบ้างนี้ เป็นการเสียเวลาในวันนั้นหนึ่งวันแล้ว
หากชีวิตของเราไม่มีเป้าหมายเลย ไม่ทราบว่าควรต้องทำอะไรบ้าง
เท่ากับว่าชีวิตของเรานั้น เสียเวลาชีวิตไปทั้งชีวิตเลย
และอาจจะไม่ได้ใช้เวลาในชีวิตนี้ สร้างประโยชน์ใด ๆ
หรือสร้างประโยชน์เท่าที่ควรเลย

ควรเข้าใจว่า “หลงเป้าหมาย” กับ “หลงทาง” นั้นแตกต่างกันเยอะนะครับ
หากเราวางเป้าหมายที่ดีไว้แล้ว แต่เราเกิดเดินหลงทางไปในทางไม่ดี
เราเดินทางไปสักช่วงหนึ่ง เราอาจจะเห็นได้เองหรืออาจจะทราบได้เมื่อมีคนมาเตือน
ว่าขณะนี้เราเดินหลงทางอยู่ เดินผิดทางอยู่ หรือหลงเดินไปในทางไม่ดีอยู่
เช่นนี้ เรายังสามารถหาหนทางเพื่อกลับไปเดินไปในทางที่ดีและไปสู่เป้าหมายที่ดีได้

แต่หากเราวางเป้าหมายไม่ได้ไว้แต่แรก

เราก็อาจเริ่มต้นด้วยการเดินทางในทางไม่ดีไปเลย

ต่อให้ว่าจะหลงทางเดินทางไปในทางดีก็ตาม ไปได้สักช่วงก็อาจจะเห็นว่าเดินผิดทาง
แล้วก็จะชวนขวยที่จะหาหนทางเพื่อเดินไปในทางไม่ดี เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ไม่ดีนั้น
ดังนั้นแล้วเห็นว่า “หลงเป้าหมาย” นั้นมีโทษหนักหนากว่า “หลงทาง” เสียอีก
จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราควรจะต้องวางเป้าหมายให้ดีให้ถูกต้องเสียแต่แรก

สำหรับการที่เราจะพิจารณาเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิตนี้

ขอให้เราได้ลองตั้งคำถามกับตัวเองนะครับว่า

“ในการพิจารณาเลือกเป้าหมายที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิต

เราจะมีหลักเกณฑ์ในการพิจารณาเลือกอย่างไรบ้าง???”

มีเพื่อนท่านหนึ่งเคยแนะนำผมว่า

ให้พิจารณาว่า หากไม่ได้ทำสิ่งใดแล้วเราจะเสียใจนั้นแหละเป็นสิ่งมีคุณค่า

ผมก็ชี้แจงท่านไปว่า สิ่งที่เราไม่ได้ทำแล้วเราเสียใจ (หรือจะเสียตายก็ตามที)

มีอยู่มากมายหลายเรื่องนะครับ แต่ในหลาย ๆ เรื่องเหล่านั้น

ก็ไม่ใช่ว่าจะเป็นเรื่องที่เป็นประโยชน์หรือมีคุณค่าอย่างสูงสำหรับชีวิตไปทุกเรื่อง

ยกตัวอย่างว่า เราไม่ได้ไปเที่ยวงานประเพณีในสถานที่แห่งหนึ่งแล้วเราเสียใจ

หรือว่าเราไม่ได้ไปร่วมงานวันเกิดเพื่อนแล้วเราเสียใจ (หรือเสียตาย) เป็นต้น

เพื่อนท่านเดิม ก็แนะนำใหม่ว่า ถ้าเช่นนั้นก็ให้พิจารณาว่า

หากเราจะไม่มีโอกาสได้ทำสิ่งนั้นอีกแล้ว

หรือไม่สามารถหาอย่างอื่นมาทดแทนสิ่งนั้นได้

สิ่งนั้นแหละเป็นสิ่งที่มีความค่าที่สุดสำหรับชีวิต

ผมก็ชี้แจงท่านไปว่า สิ่งที่เราจะไม่มีโอกาสทำอีกแล้วนั้น

ก็ไม่จำเป็นว่าจะต้องมีคุณค่าสูง

ยกตัวอย่างว่า เราไม่ได้ไปงานศพของเพื่อนคนหนึ่ง ด้วยติดภารกิจใด ๆ ก็ตาม

(เพื่อนคนนั้นคงไม่ได้มีโอกาสจัดงานศพรอบสองหรือจนะครับ

เราจึงไม่มีโอกาสไปงานศพของเพื่อนคนนั้นอีกแล้วละ)

การไปงานศพเพื่อนนั้น ก็ไม่ใช่เรื่องที่จะถือได้ว่าเป็นเรื่องที่มีคุณค่าที่สุดในชีวิต

สำหรับสิ่งใด ๆ ที่ไม่สามารถหาอย่างอื่นมาทดแทนได้นั้น
ก็ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดในชีวิตเสมอไป
ยกตัวอย่างเช่นว่า สุนัขหรือแมวที่เลี้ยงมายาวนานบางตัวได้ตายไป
และเราก็อาจจะไม่สามารถจะหาสุนัขหรือแมวตัวอื่นมาทดแทนกันได้
เพราะเรามีความรักและผูกพันอย่างมากมายกับเจ้าตัวที่ได้ตายไปนั้น
หรือแม้กระทั่งแฟนสุดที่รักตาย หรือสามีหรือภรรยาสุดที่รักได้ตายไป
ซึ่งก็ไม่สามารถจะหาคนอื่นมาทดแทนกันได้
ก็ไม่ได้แปลว่าสุนัขหรือแมว หรือสามีหรือภรรยา
จะเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดในชีวิตของเรา นะครับ

ในเรื่องนี้ ผมขอเสนอว่าหลักในการพิจารณาสิ่งที่มีคุณค่าที่สุดสำหรับชีวิตนั้น
ควรจะพิจารณาดังต่อไปนี้ครับ

- ๑ สิ่งนั้นจะต้องให้ประโยชน์แก่ชีวิตเราทั้งในปัจจุบัน และในอนาคตระยะยาว
 - ๒ สิ่งนั้นจะต้องให้ความสุขอย่างสม่ำเสมอ (และถาวร) ไม่ใช่เพียงแค่ชั่วคราวเท่านั้น
 - ๓ สิ่งนั้นจะเป็นสิ่งที่หาได้ยากในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต
- เราลองมาพิจารณาสิ่งต่าง ๆ โดยอาศัยหลักเกณฑ์ ๓ ข้อนี้กันครับ
แล้วเรามาดูกันว่า เราจะพบว่าอะไรเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่สุด

เรามาลองพิจารณา “เงินทอง” กันก่อนเลยครับ

โดยสภาพของเงินนั่นเองไม่สามารถตอบได้ว่าให้ประโยชน์อะไรโดยตัวมันเอง
แต่เงินจะเป็นประโยชน์ก็ต่อเมื่อว่า

ไปใช้ทำอะไร เพื่ออะไร หรือแปรสภาพไปเป็นอะไร

หากนำเงินไปโยนลงน้ำทิ้งทั้งหมด ไปเล่นการพนันและหมดไปทั้งหมด

ก็ไม่มีประโยชน์อะไร

หากนำเงินไปซื้ออาหารและของใช้ในบ้าน

ก็ได้ประโยชน์ก็คืออาหาร และของใช้ในบ้าน

หากไปซื้อยาบ้า ซื้อยาเสพติด

ก็ได้โทษในเรื่องของยาบ้า และยาเสพติด

หากนำเงินไปทำบุญกุศลช่วยเหลือผู้อื่น

ก็ได้บุญกุศลตามนั้น

หากนำเงินไปใช้ทำสิ่งบาปอกุศล หรือจ้างคนอื่นไปทำบาปอกุศล

ก็จะได้บาปอกุศลตามนั้น

ดังนี้แล้ว จะเห็นว่าเงินเองนั้นไม่ได้เป็นประโยชน์เสมอไป แต่ขึ้นกับการใช้ด้วย

นอกจากนี้ เงินนั้นจะมีประโยชน์ก็ต่อเมื่อมีการยอมรับของสังคมในเงินนั้นอยู่

หากสมมุติว่าเราเองไปติดเกาะกลางทะเลคนเดียว ติดต่อใครไม่ได้

ต่อให้มีเงินทองติดตัวไปสักหมื่นล้านก็ตาม เงินทองนั้นไม่มีค่าอะไรบนเกาะร้างนั้น

เพราะไม่ได้มีสังคมหรือคนอื่น ๆ มายอมรับมูลค่าของเงินทองนั้น

หรือยอมรับที่จะแลกเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ กับเงินทองนั้น

เงินนั้นให้ความสุขอย่างสม่ำเสมอและถาวรหรือเปล่า

ก็ตอบว่าไม่ใช่ เพราะเมื่อใช้เงินไปแล้ว เงินทองก็ลดลงเรื่อยหรือไปเรื่อย ๆ

ความสุขเนื่องจากการที่มีเงินนั้น ก็ลดลงตามไปด้วย จึงไม่สม่ำเสมอและไม่ถาวร

ถามว่าเงินทองนั้น เป็นสิ่งหายากหรือไม่ ดูไปแล้วก็จะเห็นได้ว่า

เงินนั้นมีในทุกประเทศทั่วโลก เงินก็เป็นสิ่งที่สามารถหาได้อยู่เรื่อย ๆ

และก็มีมาตั้งแต่สมัยโบราณกาลแล้ว เพียงแต่รูปแบบของเงินที่แตกต่างกันไปเท่านั้น

ซึ่งก็ถือได้ว่าเงินก็มีมาแต่อดีต มีในปัจจุบัน และในอนาคตสังคมก็จะใช้เงินอยู่

เพียงแต่จะอยู่ในรูปแบบอะไรเท่านั้น ดังนั้นแล้ว เงินนั้นก็ไม่ใช่ว่าหายาก

ลองมาพิจารณา “ชื่อเสียง” กันนะครับ

โดยชื่อเสียงนั้นก็ไม่ได้จะเป็นประโยชน์เสมอไป

บางคนมีชื่อเสียงมาก ๆ แล้ว ไปไหนมาไหนก็ไม่มีความเป็นส่วนตัว

ทำอะไรนิด ทำอะไรหน่อย ก็เป็นข่าวไปทั่ว

ตกเป็นประเด็นสนทนาของชาวบ้านตลอด

คนมีชื่อเสียงบางคนเวลามีเรื่องข่าวเสียหาย หรือมีคนกล่าวให้ร้ายใด ๆ แล้ว

ก็จะเดือดร้อนเสียหายมากกว่าคนไม่มีชื่อเสียง

โดยยังมีชื่อเสียงมากเท่าไร ก็เสียหายมากเท่านั้น

ในการทำงานเดียวกันกับเงินทองนะครับ ชื่อเสียงนั้นจะมีคุณค่าก็ต่อเมื่อมีคนอื่น ๆ มารองรับความมีชื่อเสียงนั้น

หากเราเป็นคนมีชื่อเสียงในสังคมมาก แต่เราไปติดเกาะร้างอยู่คนเดียวชื่อเสียงมาก ๆ นั้นไม่ได้มีประโยชน์อะไรสำหรับเราบนเกาะร้างนั้นเลย

ชื่อเสียงนั้นให้ความสุขอย่างสม่ำเสมอและถาวรหรือเปล่า

ก็ตอบว่าไม่ใช่ เพราะตัวชื่อเสียงนั้นเองก็ลดลงได้เองไปตามกาลเวลา สิ่งตกง่าย ๆ ว่าชื่อเสียงและความนิยมในนักร้องและดาราในอดีตนั้นก็ได้ไม่ได้คงที่ถาวรจากอดีตมาจนถึงปัจจุบัน

ก็ขนาดตัวชื่อเสียงเองยังลดลง และไม่คงที่ถาวรเลย

ตัวชื่อเสียงจะสามารถมาให้ความสุขที่คงที่และถาวรแก่เราได้อย่างไร

ชื่อเสียงนั้นเป็นสิ่งที่หายากในอดีต ปัจจุบัน และอนาคตหรือไม่

ก็ตอบได้ว่าตลาดใดที่ยังมีสังคมมนุษย์อยู่ร่วมกัน

ความมีชื่อเสียงของมนุษย์ในสังคมนั้นก็ยังมีอยู่

โดยชื่อเสียงนั้นเป็นสิ่งที่อยู่ในสังคมมนุษย์ทั่วโลก

และก็มีมาแต่ในอดีตโบราณ มีในปัจจุบัน และก็จะมีในอนาคต

เพียงแต่ความมีชื่อเสียงนั้นลดลงและสูญหายไปตามกาลเวลา

บุคคลบางคนมีชื่อเสียงมาก ๆ เมื่อหลายพันปีก่อน

แต่ปัจจุบันก็อาจจะไม่ได้เป็นที่รู้จักหรือจดจำได้ของใคร ๆ แล้ว

คนที่มียุติธรรมในปัจจุบันก็เช่นกันที่ว่าจะต้องเป็นที่ถูกลืมในอนาคตแน่นอน

ยังมีสิ่งอื่น ๆ ที่จะยกมาพิจารณากันอีกพอสมควร

ก็ขอยกไปอธิบายต่อในตอนหน้านะครับ

สารบัญ ←



ตอนที่ 6 องคุลีมาล



วันนี้ที่
โรงเรียนสนุกดี
เนอะ คุณครูเล่า
นิทานเรื่องกระต่าย
กับเต่าด้วยละ

ไม่เห็นจะ
สนุกเลย ไปผจญภัย
ในนิทานชาดก
สนุกกว่าตั้งเยอะ
นะ.....



นี่ แอบหนีไป
เที่ยวกับเจ้ามึง
ไม่ยอมพาหนุณาไป
ด้วยใช่ไหม อัย!!
โกรธแล้วนะ



ว่ากลับ

กลัวแล้ว
ครี๊บบ ทีหลัง
ไม่ทำแล้ว
ครี๊บบบ



ฉันนี้จะ
หนีไปไหน



ช่วยด้วย!!!
อ๊ยช่วยข้าช่วย
ซ่อน แผ่นกัน
ปาราบแล้วจ้า
...



ตายแน่
ตายแน่



เจ้าไข่ม่าน
เอาขวดเหล้ามา
คืนพ่อเตี้ยวัน
นี้นะ

ไม่มีทางอะ
ไหนพ่อสัญญาแล้ว
ว่าจะเลิกเหล้าเด็ดขาด
ทำไมยังมีขวดเหล้า
ซ่อนใต้เตียง
อยู่อีก

มานีเอา
ขวดเหล้า
คืนมา



จ้างให้ก็
ไม่คืน ไม่อยู่
แล้วบ้านนี้
ไปดีกว่า



ที่จริงไซ่ห่าน
ก็ไม่ใช่คนเลวร้าย
อะไรนี่นา คอยห้าม
พ่อไม่ให้กินเหล้าแต่
ก็กลับโดนดุอีก
ต่างหาก



มะ มาได้
ยังเงเนีย
เมจิกมิงค์

ก็อยู่แต่
ในกระป๋องมัน
อุดอู้จะตาย
นี่นา





ต้องออกมา
หาอะไรทำข้างนอก
ซะหน่อย จะไปไหน
ก็บอก วันนี้เมจิกมิงค์
บริการฟรีจ๊ะ
อะจ๊าก

จริงเทร่อ
วิเศษ
ไปเลย



ได้เลย
หนูนายาก
ไปไหนล่ะ



อยากไปดู
สมัยโบราณ ที่มี
จอมโจรรูปงาม
ขโมยหัวใจสาว ๆ
อะไอย่างนี้
มีป่าวๆ



แบบนั้นนะ
ไม่เห็นจะ
เท่เลย



ถ้าโจรขโมย
หัวใจไม่แท้ แล้ว
แบบไหนจะ
แท้ล่ะ ฮี



จิ้น!!! ไป
ดูกันเลย
เย่ๆๆ



บรียยย... เป็น
โจรที่น่าโหดที่สุด
เท่าที่เคยเจอมาเลย
แล้วบนคอนันท์
อะไรอะ เหมือน
นิ้วมือคนเลย

ก็นิ้วมือ
คนนะสิ




น่ากลัว



เหวอ!!!
แล้วเป็นจอมโจร
ที่แท้จริงไหนเนี่ย
น่ากลัวจะตาย



ลองดู
คำอธิบาย
ดีกว่า



“จอมโจรองค์ลีมาล แต่เดิมมีชื่อว่า
อหิงสกะ แปลว่า ผู้ไม่เบียดเบียนใคร
พ่อของท่านเป็นคนตั้งชื่อเพื่อแก้เคล็ด
เนื่องจากก่อนที่จะท่านจะเกิด มีเหตุการณ์
ประหลาดคืออาวรุในคลังแสงของ
พระราชวังเกิดแสงสว่างไสวไปทั่ว
เมื่อบิดาของท่านซึ่งเป็นปุโรหิตแห่ง
ดู่ทองฟ้าก็เห็นดาวโจรลอยเด่นอยู่บน
ท้องฟ้า ท่านายได้ว่า เด็กที่เกิดในเวลา
นี้จะกลายเป็นมหาโจรลือชื่อ.....

และเมื่อกลับถึงบ้าน ก็พบว่าลูกชายของตน
เพิ่งคลอดออกมาพอดี ปุโรหิตคิดจะตัดไฟ
แต่ต้นลมด้วยการสังหารบุตรทารก ก่อนจะ
โตขึ้นและกลายเป็นภัยในภายภาคหน้า แต่
พระราชาก็ได้รับสั่งห้ามปรามไว้ และสั่งให้
ปุโรหิตเลี้ยงดูลูกให้ดี เมื่ออหิงสกะเติบโตขึ้น
ปุโรหิตได้อบรมบ่มนิสัยให้เป็นคนว่านอน
สอนง่าย แล้วส่งไปเรียนกับสำนักที่มีชื่อเสียง
มากในสมัยนั้น เด็กหนุ่มอหิงสกะ ขยันศึกษา
เล่าเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอนของอาจารย์ เป็น
ที่รักของอาจารย์มาก จนกระทั่งบรรดาศิษย์
ร่วมสำนักก็อิจฉา และพากันวางแผนเพื่อ
ใส่ร้ายป้ายสีอหิงสกะกับอาจารย์.....





จนอาจารย์เปลี่ยนจากความรักใคร่เอ็นดูเป็นเคียดแค้น
ชิงชัง ตามคำยุแหยงตะแคงรัวของบรรดาศิษย์ขี้อิจฉา
ตาร้อนทั้งหลาย อาจารย์จึงวางแผนกำจัดอหิงสกะโดย
ออกอุบายให้ไปฆ่าคนเอานิ้วมือมาให้ครบหนึ่งพันอँगว่า
เพื่อประกอบพิธีประสิทธิ์ประสาทเคล็ดลับวิชาที่ไม่เคย
ถ่ายทอดให้ศิษย์คนใดเลย เมื่ออยากได้วิชา อหิงสกะ
ผู้นำสงสารก็จำต้องทำด้วยความเชื่อฟังครูบาอาจารย์
ต่อมาเมื่อฆ่าคนมากเข้า ก็กลายเป็นคนชั่วร้าย
หนีเข้าป่าและดักฆ่าคนไม่เลือกหน้า เสียงลือ
กระฉ่อนไปทั่วว่า มีโจรเหี้ยมคนหนึ่งนามว่า
“องคุลิมาล”ที่แปลว่าพวงมลัยที่ทำจากนิ้วคน



องคุลี
=
นิ้ว

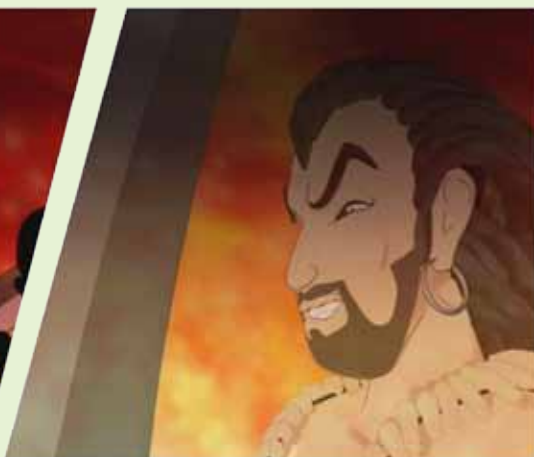


มัล
=
มัลล





เพราะทุกคน
ที่ถูกเคঁฆ่าตาย
จะถูกตัดเอานี้วมาทำ
พวงมาลัยห้อยคอ
เป็นที่หวาดกลัวของ
ประชาชนทั่ว
ทั้งเมือง



นะ ...
น่าสงสาร
จังเลย

นี่ล่ะ!!
คนบางคน
ก็ไม่ได้เป็นโจรแต่
กำเนิด หรืออยู่ดีๆ
ก็นึกอยากจะเป็น
โจรหรอกัน

แล้วเคঁ
ฆ่าคนจนครบ
พันคนเลย
รีเปลาอะ



อย่างนี้
ต้องพาไปดู
เองซะแล้ว





ตอนที่องค์ลีมาลฆ่าคนไปเป็นจำนวนมาก ก็กลายเป็นโจรใจบาปหยาบช้า
วันที่ฆ่าคนได้เก๋าร้อยเก้าสิบเก้าคน
เป็นวันที่พระพุทธเจ้าไปโปรดสัตว์ที่
เมืองนั้นพอดี ทรงรับรู้ด้วยพระญาณ
ว่าถ้าองค์ลีมาลฆ่าคนที่ 1000 ได้
จะเป็นคนบาปเต็มขั้น กลับตัวกลับใจ
ไม่ได้อีกเลย



คนที่พันคือ
ใครเธอ
เมจิก มิงค์



คนที่พัน
คือแม่ของ
องค์ลีมาล
นั่นเอง



เหวอออ!!
ทำอย่างนั้นไม่
ได้นะเข้าไปห้าม
กันเถอะ

ไม่ต้องห้าม
หรอก แค่อตาม
ไปดูโจรกลับใจ
หลังจากได้พบกับ
พระพุทธเจ้า
ก็พอ



38 ธรรมะใกล้ตัว

เมจิกมิงค์ มหัศจรรย์เมืองธรรมะ

อ่านย้อนหลัง

ตอนที่ ๑ แนะนำตัวละคร

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=326&Itemid=78

ตอนที่ ๒ พระราहुล (๑/๒)

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&catid=47:lite-comic&id=460:2010-10-06-16-45-27&Itemid=59

พระราहुล (๒/๒)

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=335&Itemid=78

ตอนที่ ๓ พระสารีบุตร

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=476&Itemid=1

ตอนที่ ๔ สุวรรณสาม (๑/๒)

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=342&Itemid=78

สุวรรณสาม (๒/๒)

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=487&Itemid=1

ตอนที่ ๕ ข้างนาฬาคีรี (๑/๒)

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=348&Itemid=78

ช้างนาฬาคีรี (๒/๒)

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=497&Itemid=1



สารบัญ ↩

ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้จะเป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหาดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะคะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มีศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่น ได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่านส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ ธรรมะใกล้ตัว ด้วยกันนะคะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมีใจที่คิดอยากจะถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปันความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่งเข้ามาได้เลยค่ะ

๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส

เนื้อหา: เปิดโอกาสให้คุณ ๆ ได้เล่าประสบการณ์จริงของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็นประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่ง กลายเป็นคนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็นคนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วเท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะใกล้ตัว ได้สำเร็จ

คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ

เนื้อหา: เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบเขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งผันตัวมาอยู่ในโลกธรรมะ เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ข้อคิดข้อธรรม ผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้นได้อย่างเพลิดเพลิน

คอลัมน์: คำคมชวนคิด

เนื้อหา: รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่าง ๆ ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใครสามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกริเริ่มวลีสะดุดใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจากแง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทนคุณ ก็คือการพูดโอเคเดียวเหมือนน้ำพุไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้งเป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจากภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคลผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะคะ

คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม

เนื้อหา: เรื่องราว เรื่องเล่า อาจมาจากฉากหนึ่งในชีวิตของคุณ ที่มีเกร็ดข้อคิดทางธรรม หรือข้อคิดดี ๆ อันเป็นประโยชน์ อาจเป็นเรื่องเล่าสั้น ๆ ในรูปแบบที่เสมือนอ่านเล่น ๆ แต่อ่านจบแล้ว ผู้อ่านได้เกร็ดธรรมหรือข้อคิดดี ๆ ติดกลับไปด้วย

คอลัมน์: กวีธรรมะ

เนื้อหา: พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือหากจะคัดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไรในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ติดกลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่ไปอย่างชัดเจนด้วยนะคะ

คอลัมน์: เทียววัด

เนื้อหา: รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มีวันที่ใครคนเดียวจะรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมหาศาล

กติกา: นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ ปฏิปทา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรูปทิวทัศน์ภาพสวย ๆ มาประกอบบทความ อีกทั้งไม่พาดหมหรือแทรกธรรมะด้านการปฏิบัติที่ขัดแย้งกับแนวทางของนิตยสารนะคะ

คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ

เนื้อหา: ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และ

เป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่บน
เส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

คอลัมน์: ของฝากจากหมอ

เนื้อหา: นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือ
สารน่ารู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คน
ทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับ
ผู้อ่าน จากมุมมองต่าง ๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้
ความเชี่ยวชาญต่าง ๆ กัน

กติกา:

- ▶ หากเป็นบทความที่แนะนำให้มีการทดลองกิน
ยา หรือแนะนำให้ผู้อ่านปฏิบัติตามด้วย ขอ
จำกัดเฉพาะผู้เขียน ที่เป็นผู้เรียนหรือทำงาน
ในสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการ
นำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และอาจส่งผล
ต่อผู้อ่านได้ค่ะ
- ▶ หากนำเสนอประเด็นที่ยังเป็นที่ถกเถียงอยู่ใน
วงการแพทย์ ขอให้มีการอ้างอิงด้วย เช่น มา
จากงานวิจัยชิ้นไหน หรือหากเป็นเพียงความเห็น
ส่วนตัวของหมอ ก็กรุณาระบุให้ชัดเจนด้วยค่ะ



๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็น
จำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลด
เวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามา
ช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของบทความ
ต้องขอรบกวนผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตาม
แนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

๒.๑ ตรวจทานก่อนถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ รบกวนผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทาน
ให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ตกหล่น พิมพ์
เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้อง ผ่าน
สายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบ
ได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

<http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>

๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย
เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่
สอดคล้องกัน ขอให้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้
นะคะ

- ▶ **เครื่องหมายคำถาม (?) และเครื่องหมาย
ตกใจ (!)**
เขียนติดตัวหนังสือด้านหน้า และวรรคด้านหลัง
เช่น “อ้าว! เธอไม่ได้ไปกับเขาหรือหหรือ? ฉันท
นึกว่าเธอไปด้วยเสียอีก”
- ▶ **การตัดคำเมื่อขึ้นบรรทัดใหม่**
สำหรับคนที่นิยมเขียนแบบเคาะ [Enter] เพื่อ
ตัดขึ้นบรรทัดใหม่ แทนการรบกวนคำอัตโนมัติของ
โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ยากให้ช่วยดูการตัด
คำด้วยนะค่ะว่าตัดได้อย่างเหมาะสม คืออ่าน
ได้สั่น ไม่สะดุด ไม่แยกคำ หรือไม่ขึ้นบรรทัด
ใหม่ผ่ากลางวลีที่ควรอ่านต่อเนื่องกัน โดยไม่
จำเป็น เช่น

“ฉันไม่อยากจะเธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรม
ข้ออาเมนนั้นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากจะเธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่า
ผลกรรมข้ออาเมนนั้นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)
หรือดูหลักเกณฑ์อื่น ๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้ค่ะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่าง ๆ

<http://www.royin.go.th/th/profile/index.php>

๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับชิ้น งานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้ามาร่วมในคอลัมน์
กวีกรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสักนิดนะค่ะว่า
บทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะ
ได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่น
กันค่ะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติม
เกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

<http://thaiarc.tu.ac.th/poetry/index.html>

๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอลัมน์ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจดูด้วยค่ะว่าความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจากบทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกในฐานะผู้อ่านดูนะคะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมากกว่าบทความอื่น ๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่าลืมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึงจุดหนึ่ง ๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะคะ เพราะการเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติด ๆ กันลงมายาว ๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่างน่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยาก ๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาตเก็บไว้เป็นอันดับหลัง ๆ ก่อนนะคะ

๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทาน บทความพร้อมส่งเรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้น สามารถโพสต์ส่งได้ที่กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะคะ ที่:

<http://dungtrin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะคะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพพระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด

(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย sotima

(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่าทน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงาน

ได้เร็วขึ้นค่ะ

๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

หากแปะเนื้อความลงในกระทู้เลย ฟอร์แมตต่าง ๆ เช่น ตัวหนา ตัวบาง ตัวเอียง จะหายไปค่ะ เพื่อความสะดวก รบกวนทุกท่านแนบไฟล์ Word ที่พิมพ์ไว้มาด้วยนะคะ (ในหน้าโพสต์ จะมีปุ่ม Browse ให้เลือก Attach File ได้เลยค่ะ)

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลยนะคะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะช่วยให้ประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

๔. ส่งแล้วจะได้อะไรไหม

ปกติแล้ว เวทีแห่งนี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความนั้น ให้เนื้อหาสาระที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้จริงในด้านที่เชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรางวัลแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณาบทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ ในงานพิสูจน์อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้พิจารณาชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่าเพิ่งหมดกำลังใจนะคะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดี ๆ และเขียนอะไรดี ๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณอีกก็ได้ค่ะ :)

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลองติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดังตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์ดูนะคะ

ขออนุโมทนาในจิตอันมีธรรมเป็นทานของท่านนะคะ

ธรรมะใกล้ตัว
dharma at hand

มาร่วมเป็นอีกหนึ่งกำลัง ที่ช่วยสร้างภาพใหม่ให้กับพระพุทธศาสนา
ด้วยการร่วมส่งบทความ ข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ท้ายเล่ม หรือที่
<http://www.dharmamag.com/>